

日付	完了期	後期	中期	初期
1 月	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	肉団子スープ わかめごはん カミカミサラダ みかん	5倍粥 肉団子スープ スティック人参・きゅうり	7倍粥 肉団子スープ ブロッコリーと人参煮	10倍粥 ブロッコリー煮 人参煮
	牛乳 パンケーキ	かぼちゃおやき	かぼちゃおやき	
2 火	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい	
	しらすとじゃがいも煮 ごはん マカロニサラダ パイン ほうれん草ともやしのみそ汁	5倍粥 マッシュポテト しらすとブロッコリー煮 ほうれん草ともやしのみそ汁	7倍粥 マッシュポテト しらすとブロッコリー煮 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 じゃがいも煮 ブロッコリー煮
	牛乳 ジャムサンド	パン粥	パン粥	
3 土	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	ひじきチャーハン 春雨スープ ささみときゅうりのあえもの バナナ	しらす粥 バナナ かぼちゃ煮 野菜スープ	しらす粥 バナナ かぼちゃ煮 野菜スープ	10倍粥 しらす煮 かぼちゃ煮
	牛乳 マカロニきな粉	マカロニきな粉	マカロニのミルク煮	
5 月	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	鶏肉と野菜の照り焼き ごはん ブロッコリーと人参のゆかり和え 高野豆腐とキャベツのみそ汁 もも	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参和え キャベツのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 人参煮
	麦茶 牛乳プリン 小魚せんべい	ヨーグルト おせんべい	ヨーグルト おせんべい	
6 火	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	ポークビーンズ ごはん キャベツのツナサラダ なし 小松菜と人参のみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 キャベツと人参和え 小松菜と人参のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 キャベツと人参煮 小松菜と人参のみそ汁	10倍粥 しらす煮 ブロッコリー煮
	麦茶 コーンフレーク	野菜リング	野菜リング	
7 水	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい	
	切り干し大根のハンバーグ ごはん ほうれん草と人参のおかか和え みかん お麩とわかめのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ ほうれん草と人参和え ブロッコリーのみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ ほうれん草と人参煮 ブロッコリーのみそ汁	10倍粥 豆腐煮 ほうれん草煮
	麦茶 レアヨーグルトケーキ	バナナきな粉	バナナきな粉	
8 木	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	カレーライス ひじきの白和え 豆と野菜のスープ パイン	5倍粥 柔らか肉じゃが ひじきの白和え 豆と野菜のスープ	7倍粥 柔らか肉じゃが ひじきの白和え 豆と野菜のスープ	10倍粥 じゃがいも煮 人参煮
	牛乳 冷やしわかめうどん	野菜うどん	野菜うどん	
9 金	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	しらすとほうれん草煮 ごま塩ごはん キャベツの納豆サラダ 豚汁 もも	5倍粥 根菜のみそ汁 しらすとほうれん草煮 キャベツと人参和え	7倍粥 根菜のみそ汁 しらすとほうれん草煮 キャベツと人参煮	10倍粥 しらす煮 ほうれん草煮
	牛乳 かたつむりクッキー	バナナ ビスケット	バナナ おせんべい	
10 土	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	塩焼きそば ミニゼリー ブロッコリーと人参のごま和え ほうれん草とコーンのスープ	野菜うどん かぼちゃ煮 ブロッコリーと人参和え	野菜うどん かぼちゃ煮 ブロッコリーと人参和え	10倍粥 かぼちゃ煮 ブロッコリー煮
	牛乳 おいなりさん	しらすおじや	しらすおじや	
12 月	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	鶏肉のパン粉焼き ごはん かぼちゃサラダ なし 人参ともやしのみそ汁	5倍粥 ほうれん草と人参和え 鶏ひき肉とブロッコリー煮 人参ともやしのみそ汁	7倍粥 ほうれん草と人参煮 鶏ひき肉とブロッコリー煮 人参のみそ汁	10倍粥 しらす煮 人参煮
	牛乳 チヂミ	かぼちゃおやき	かぼちゃおやき	
13 火	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	ピザバーグ ごはん キャベツと人参のゆかり和え みかん 高野豆腐としめじのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ キャベツと人参和え ほうれん草のみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ キャベツと人参煮 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 豆腐煮 人参煮
	牛乳 お麩ラスク	野菜リング	野菜リング	
14 水	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	マーボー豆腐丼 春雨サラダ わかめスープ みかん	鶏ひき肉粥 スティック人参・きゅうり 玉ねぎのスープ	鶏ひき肉粥 かぼちゃ煮 玉ねぎのスープ	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草煮
	牛乳 ココア蒸しパン	バナナ おせんべい	バナナ おせんべい	
15 木	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい	
	しらすとブロッコリー煮 ごはん 切り干し大根煮 パイン 里芋とねぎのみそ汁	5倍粥 玉ねぎみそ汁 しらすとブロッコリー煮 ほうれん草と人参煮	7倍粥 玉ねぎみそ汁 しらすとブロッコリー煮 ほうれん草と人参煮	10倍粥 しらす煮 ブロッコリー煮
	牛乳 クラッカー	おせんべい	おせんべい	

16 金	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	クリームスパゲティー なし ブロッコリーと人参のおかか和え 豆腐の中華スープ	クリームスパゲティー ブロッコリーと人参和え 豆腐のスープ	7倍粥 豆腐のスープ 鶏ひき肉と野菜のクリーム煮 ブロッコリーと人参煮	10倍粥 豆腐煮 人参煮
17 土	牛乳 たぬきおにぎり	ほうれん草おじや	ほうれん草おじや	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	ハヤシライス ミニゼリー ほうれん草としめじのソテー コーンスープ	しらす粥 ほうれん草と人参和え 玉ねぎのスープ	しらす粥 ほうれん草と人参煮 玉ねぎのスープ	10倍粥 しらす煮 ほうれん草煮
19 月	麦茶 パナナヨーグルト	パナナヨーグルト	パナナヨーグルト	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
20 火	肉じゃが ごはん スパゲティーのツナサラダ ほうれん草と人参のみそ汁 みかん	5倍粥 柔らか肉じゃが スパゲティーサラダ ほうれん草と人参のみそ汁	7倍粥 柔らか肉じゃが ブロッコリーと人参煮 ほうれん草と人参のみそ汁	10倍粥 じゃがいも煮 ブロッコリー煮
	牛乳 しらすピザ	かぼちゃおやき	かぼちゃおやき	
21 水	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	カレイのごま照り焼き ごはん 小松菜とちくわ炒め 納豆汁 パナ ナ	5倍粥 カレイ煮 小松菜と人参和え 根菜のみそ汁 パナナ	7倍粥 カレイ煮 小松菜と人参煮 根菜のみそ汁 パナナ	10倍粥 カレイ煮 人参煮
	牛乳 ぶどうゼリー おせんべい	きな粉ヨーグルト	きな粉ヨーグルト	
22 木	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい	
	三色丼 高野豆腐と野菜の含め煮 キャベツともやしのみそ汁 パイン	三色粥 野菜の含め煮 キャベツともやしのみそ汁	三色粥 野菜の含め煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 大根煮 人参煮
23 金	牛乳 ビスケット ミニゼリー	野菜リング	野菜リング	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	夏野菜カレーライス フルーチェ ブロッコリーとしらす和え 小松菜とコーンのスープ	5倍粥 小松菜のスープ しらすとじゃがいも煮 ブロッコリーと人参和え	7倍粥 小松菜のスープ しらすとじゃがいも煮 ブロッコリーと人参煮	10倍粥 じゃがいも煮 ブロッコリー煮
24 土	牛乳 彩りそうめん	彩りそうめん	彩りそうめん	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
26 月	鶏肉のみそマヨ炒め ごはん ほうれん草の白和え もも わかめとえのきのすまし汁	5倍粥 人参のみそ汁 鶏ひき肉と野菜煮 ほうれん草の白和え	7倍粥 人参のみそ汁 鶏ひき肉と野菜煮 ほうれん草の白和え	10倍粥 豆腐煮 ほうれん草煮
	牛乳 パンケーキ	かぼちゃ団子	かぼちゃ団子	
27 火	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	冷やしうどん パナナ コロッケ	野菜うどん パナナ かぼちゃ煮	野菜うどん パナナ かぼちゃ煮	10倍粥 しらす煮 かぼちゃ煮
28 火	牛乳 鮭と枝豆のおにぎり	しらすおじや	しらすおじや	
	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	回鍋肉 ごはん 三色ナムル なし ブロッコリーのコンソメスープ	5倍粥 三色和え 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 ブロッコリーのスープ	7倍粥 ほうれん草と人参煮 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 ブロッコリーのスープ	10倍粥 ほうれん草煮 人参煮
29 火	麦茶 コーンフレーク	野菜リング	野菜リング	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
30 水	厚揚げの野菜あんかけ ごはん キャベツと人参の昆布和え みかん じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	5倍粥 キャベツと人参和え 鶏ひき肉とほうれん草煮 じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	7倍粥 キャベツと人参煮 鶏ひき肉とほうれん草煮 じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	10倍粥 じゃがいも煮 人参煮
	牛乳 ピザトースト	パン粥	パン粥	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
29 火	しらすと野菜煮 ごはん 小松菜の中華風サラダ ミニゼリー 大根と油揚げのみそ汁	5倍粥 しらすと野菜煮 小松菜と人参和え 大根のみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 小松菜と人参煮 大根のみそ汁	10倍粥 ブロッコリー煮 大根煮
	麦茶 お誕生日ケーキ	パナナヨーグルト	パナナヨーグルト	
30 水	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	タンダーリーチキン ごはん ひじきサラダ パイン 小松菜としめじのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ひじきサラダ 小松菜のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ひじき煮 小松菜のみそ汁	10倍粥 かぼちゃ煮 人参煮
30 水	牛乳 じゃがいも煮	じゃがいも煮	じゃがいも煮	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
30 水	なすのミートソーススパゲティー ポイルブロッコリー 冷やしトマト もやしの中華スープ もも	なすのミートソーススパゲティー ポイルブロッコリー トマト 玉ねぎのスープ	7倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 ブロッコリーと人参煮 玉ねぎのスープ	10倍粥 しらす煮 ブロッコリー煮
	牛乳 おかかおにぎり	かぼちゃおじや	かぼちゃおじや	

※食材の都合により、献立が変更になる場合があります。

※完了食は、普通献立表に記載されている食材のうち揚げ物、鶏卵を含む食材以外すべて提供されますので、ご家庭でお試ください。